

## Aktivität für Kinder

### NEHMEN SIE DIE HERAUSFORDERUNG DER LEBENSMITTELVERSCHWENDUNG IN DER FAMILIE AN

- Den meisten Menschen ist nicht bewusst, wie viele Lebensmittel sie wegwerfen. Das Führen eines Lebensmitteltagebuchs kann hilfreich sein, um festzustellen, wie viele Lebensmittel Sie in den Müll werfen. Schreiben Sie auf einem Blatt Papier alle Lebensmittel auf, die Sie nicht essen oder in den Müll werfen.
- Füllen Sie das Tagebuch nach jeder Mahlzeit aus. Geben Sie die Lebensmittelabfälle in eine große Schachtel oder Tüte, damit Sie am Ende der Woche alles sehen können.
- Sie werden sehen können, welche Lebensmittel Sie verschwenden und warum. Sie können auch Pläne schmieden, um sie beim nächsten Mal zu vermeiden.
- Lesen Sie am Ende der Woche Ihr Tagebuch und sehen Sie sich an, wie viel Abfall Sie gesammelt haben. Sind Sie überrascht? Denken Sie daran, dass dies nur eure Lebensmittelabfälle für eine Woche sind. Könnt ihr euch vorstellen, wie viele Lebensmittel jeder in eurer Klasse in einer Woche verschwendet? Und jetzt denk mal an die ganze Welt! Beängstigend...

### TAGEBUCH DER LEBENSMITTELVERSCHWENDUNG

FRÜHSTÜCK    MITTAGESSEN    ABENDESSEN

MONTAG

--	--	--

DIENSTAG

--	--	--

MITTWOCH

--	--	--

DONNERSTAG

--	--	--

FREITAG

--	--	--

## Glossar und Tipps für Eltern

**Klimawandel:** Damit wird eine Veränderung des normalen Wetters in einer Region über einen längeren Zeitraum hinweg bezeichnet. Zum Beispiel eine Veränderung der Temperatur oder der Niederschlagsmenge, die fällt.

**Kompostierung:** Dabei handelt es sich um die Wiederverwertung von organischen Abfällen, wie Laub und Speiseresten. Organisch bedeutet, dass sie aus der Erde stammen. Diese Abfälle verrotten oder zersetzen sich und werden zu Kompost. Er wird verwendet, damit die Pflanzen groß und stark werden.

**Lebensmittelverschwendung:** Lebensmittel, die nicht gegessen werden und weggeworfen werden.

**Treibhausgase:** Das sind Gase in der Erdatmosphäre, die Wärme speichern. Lebensmittelabfälle erzeugen Treibhausgase, die den Klimawandel verursachen.

**Mülldeponie:** Dies ist ein Ort, an dem alle Abfälle, die wir in die Mülltonne werfen, deponiert werden.

**Reduzieren:** Weniger verwenden.

**Verrotten:** Sich mit der Zeit zersetzen.

## Tipps zur Reduzierung von Lebensmittelabfällen

Lebensmittelverschwendung ist ein großes Problem, aber mit ein paar kleinen Änderungen können Sie viel bewirken!

- Planen Sie die Mahlzeiten für die Woche: Setzen Sie sich hin und entscheiden Sie, was Sie jeden Tag essen werden.
- Erstellen Sie eine Einkaufsliste: Überprüfen oder fotografieren Sie, welche Lebensmittel Sie in Ihrer Küche haben, damit Sie wissen, was Sie haben. Machen Sie eine Liste, bevor Sie einkaufen gehen. So vermeiden Sie den Kauf von Lebensmitteln, die Sie nicht brauchen.
- Reduzieren: Wenn Sie nicht alles auf Ihrem Teller essen können, verkleinern Sie Ihre Portionen oder heben Sie sie für später auf.
- Wiederverwerten: Anstatt Essensreste in die Mülltonne zu werfen, kompostieren Sie sie.
- Achten Sie auf das Mindesthaltbarkeitsdatum: Versuchen Sie, die Lebensmittel zu essen, die zuerst verderben werden. Drucken Sie die nachstehenden Etiketten aus und kleben Sie sie auf die Lebensmittel, um Sie daran zu erinnern, sie zuerst zu essen.
- Schauen Sie in den Mülleimer: Welche Art von Lebensmitteln werfen Sie normalerweise weg? Überlegen Sie, wie Sie diese Menge reduzieren können.

**FAMILY FOOTPRINTS**

ACUMEN  
TRAINING

dante  
ADULT EDUCATION  
INSTITUTION

Güstrike  
atervinnare

Rural  
Hub

F  
H  
B

REINTEGRA

tellme

Co-funded by  
the European Union

The European Commission's support of this publication does not constitute an endorsement of the contents, which reflect the views only of the authors, and the Commission can not be held responsible for any use which may be made of the information therein.  
Project Number: 2021-1-IE01-KA220-ADU-000035273

Còmic 4 - November 2022 - Klimawandel und Kohlenstoff-Fußabdruck

## Lebensmittelverschwendung



**1**

ICH BIN SATT. ICH KANN NICHT MEHR ESSEN.

DU HAST KAUM ETWAS GEGESSEN! BEHALTE ES ALS SNACK FÜR SPÄTER.

NEIN, ICH WERDE ES EINFACH WEGWERFEN.

**2**

DAS IST SO EINE VERSCHWENDUNG!

GANZ RUHIG! ES IST NUR EIN BISSCHEN WAS ZU ESSEN.

LEBENSMITTELVERSCHWENDUNG IST EIN GROSSES PROBLEM - SIE IST SCHLECHT FÜR DIE UMWELT!

**3**

OH, DAS IST SCHLECHT. DAS HABE ICH NICHT GEWUSST!

DAS IST EINE MENGE AN LEBENSMITTELN. WENN WIR WENIGER WEGSCHMEISSEN WÜRDEN, KÖNNTEN WIR DEN KLIMAWANDEL VERLANGSAMEN.

JEDES BISSCHEN ZÄHLT! STELL DIR VOR, JEDER WÜRD NACH JEDER MAHLZEIT SEIN ESSEN WEGWERFEN!

**4**

WIR KÖNNEN! WIR MÜSSEN NUR VERÄNDERUNGEN VORNEHMEN! WIR KÖNNEN DIES TUN, INDEM WIR DIE "5 RS" VERWENDEN.

**5 R'S**

**3**

FAST DIE HÄLFTE ALLER LEBENSMITTEL LANDET IN DER MÜLLTONNE!

DIESER ABFALL ERZEUGT TREIBHAUSGASE, DIE DEN KLIMAWANDEL VERURSACHEN.

OH, DAS IST SCHLECHT. DAS HABE ICH NICHT GEWUSST!

**5**

SIE LAUTEN, REDUCE, REUSE, RECYCLE UND ROT.

DAS KLINGT KOMPLIZIERT, UND ICH WERDE SIE MIR NIE ALLE MERKEN KÖNNEN!

DAS WIRST DU, ES IST EINFACHER ALS DU DENKST!

**7**

REFUSE

RECYCLE

WOFÜR STEHT DAS NÄCHSTE R?

MMMM... TOLLE IDEE, ICH LIEBE SMOOTHIES!

ES HEISST 'RECYCLE'. DU KÖNNTEST ÜBRIG GEBLIEBENES OBST FÜR SMOOTHIES VERWENDEN

MIT DER ZEIT VERROTEN DIE ABFÄLLE UND WERDEN ZU KOMPOST. KOMPOST HILFT DEN PFLANZEN, GROSS UND STARK ZU WERDEN.

**11**

COOL! MEINE MUTTER WÜRD KOMPOST LIEBEN.

**8**

REUSE

ROT

DER NÄCHSTE PUNKT IST WIEDERVERWENDUNG. ANSTATT RESTE WEGZUWERFEN, BEWAHRE SIE FÜR SPÄTER AUF.

DAS IST EINE TOLLE IDEE. ICH BIN IMMER HUNGRIG, ALSO SIND RESTE EIN PERFEKTER SNACK.

DAS LETZTE "R" STEHT FÜR "ROT" UND ERINNERT SIE DARAN, LEBENSMITTELABFÄLLE ZU KOMPOSTIEREN.

DIE KOMPOSTIERUNG LÄSST LEBENSMITTELABFÄLLE VERSCHWINDEN, ANSTATT SIE IN DIE MÜLLTONNE ZU WERFEN.

WAS IST DAS?

**12**

ICH WUSSTE NICHT, DASS LEBENSMITTELVERSCHWENDUNG SO SCHLIMM IST. ICH ERZÄHLE ALLEN VON DEN '5 R'S'.

FANTASTISCH!

ES IST EIGENTLICH GANZ EINFACH, LEBENSMITTELABFÄLLE ZU REDUZIEREN!

Illustrationen: Isa Silva